





## 脳神経内科開設 担当医よりご挨拶



令和4年7月より脳神経内科医師として赴任した山上圭と申します。

平成27年に岡山大学を卒業後、徳島大学病院、亀田総合病院（千葉県）での研修を経て、現在、徳島大学病院脳神経内科に所属しています。

鳴門山上病院では第1，第3，第5木曜日に脳神経内科外来を担当しています。

脳神経内科とは脳や脊髄、神経、筋肉の病気を見る内科です。病気としては、主なものでは脳卒中や認知症、てんかん、頭痛、パーキンソン病や筋萎縮性側索硬化症などの神経難病などを診察しています。また、脳神経内科が対象とする病気の症状は体の動かしにくさや手足のしびれ、震え、物忘れ、頭痛、ふらつき、歩きにくい、めまい、物が見えにくい、喋りにくい、意識がなくなるなど、多岐にわたります。

上に書いた症状はごくありふれたものも含まれますが、どこの科を受診すればいいのか迷われる患者様も少なくありません。脳神経内科ではそのような症状の患者様を診療・診断・治療し脳神経内科以外での診療が必要であれば適切な科に紹介します。例えば、手術が必要であれば脳神経外科や整形外科などに、精神的な要因から来るものであれば精神科や心療内科にご紹介します。

上記のような症状がある方はぜひ一度ご相談ください。若輩者ながら皆様のお役に立てるよう力を尽くしてまいりますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。

所有資格 日本内科学会認定内科医 日本神経学会認定神経内科専門医  
所属学会 日本神経学会、日本内科学会、日本神経病理学会、日本認知症学会  
日本老年医学会、日本リハビリテーション医学会

## 夏の爽やか海苔巻き

1本分

- 巻きのり・・・1枚
- ご飯・・・お茶碗1杯
- 大葉・・・5枚
- ごま油・・・小さじ1/2
- 胡瓜・・・1/3本（縦に長く切る）
- ミョウガ・・・1個（斜めに薄く切る）
- 梅干し・・・2個（種を除く）

『香りよし！歯ざわりよし！』  
食欲をそそる具材が1つになった  
夏にぴったりの海苔巻きです☆

暑さに負けず、しっかりご飯を  
食べて乗り切りましょう！



1. 軽く冷ましたごはんを海苔に広げる。片端を少し空ける。
2. 水分を拭き取った大葉を並べ、ごま油を塗る。
3. 胡瓜、みょうが、梅干しを芯になるように置く。
4. 3がバラバラにならないように支えながら巻き、海苔を水で留める。





# イベント食

提供 エムサービス(株)



母の日

★5/6 お寿司の盛り合わせ 清まし汁  
炊き合わせ チョコケーキ  
人気のお寿司メニューを母の日風にアレンジ！ボリュームはありつつ、母の日らしい可愛い盛り合わせになりました。ケーキはチョコスポンジの間にバナナを挟み、表面をチョコレートでコーティングした濃厚なチョコケーキに仕上がりました。



1ヶ月の日

★5/2 オムライス コーンポタージュ  
お子様ランチ風 プリンアラモード  
オムライスにはケチャップで鯉を書き、ワンプレートにおかずを盛り合わせお子様ランチ風にしました。プリンアラモードにはフルーツを沢山使用し、昔懐かしい雰囲気になりました



七夕

★7/7  
素麺は七夕らしい盛りつけをイメージしました。  
ゼリーは炭酸とパナコッタの2層立てで、清涼感のある1品となりました




父の日

★6/17  
父の日らしくボリュームのある焼く鳥丼！温泉卵で濃厚さをプラスしつつ、大葉をトッピングしたことで風味豊かな一品となりました。スイートポテトは、甘く味付けしたさつま芋を土台にし、嚙下食はプリンに変身させました

テイクア ステップ利用者様感想

うなぎは年1回しか食べんけん、栄養もあるし体に良いものでよかった！朝の送迎車の中から『今日うなぎやな♪』と楽しみにしていた。ようかんの上のは珍しくてよかった。

見た目も  
綺麗だった。




土用の丑

★7/22  
土用の丑と言えば、やっぱり「うなぎ」！温かいご飯の上に豪快に蒲焼きをのせ、うなぎで提供しました。野菜サラダ、ドレッシングにとろろを使用し、夏らしい爽やかな1品に仕上がりました。



マールヤすだち保育園便り



☆七夕まつりをしました。七夕飾りを作ったり、願い事を短冊に書いて笹に飾りました。みんなの願いが叶いますように！

☆暑くてもみんな元気いっぱい、ウッドデッキでシャボン玉遊びや水遊びを楽しんでいます。シャボン玉を追いかけたり、水遊びではずぶ濡れになって大喜びです。

たなばたさま



水あそび



外あそび





## 楽しく指体操（その2）をご紹介します♪

～ 健康寿命を伸ばして、こころも体もいきいきと ～

リハビリテーション部門 統括副士長 作業療法士 木内千世

### 【こつこつと適度な運動を続けましょう】

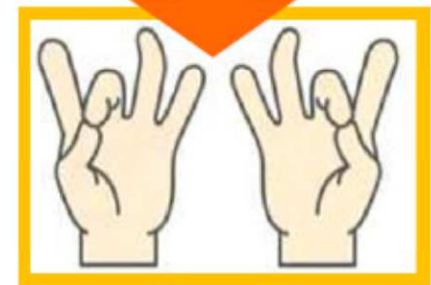
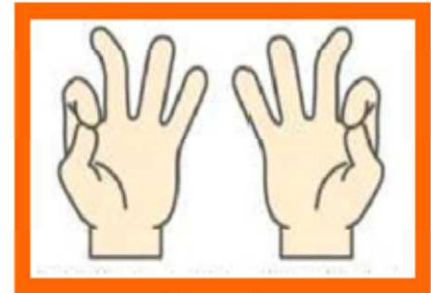
頭とこころのリフレッシュに、

『楽しく指体操』（その2）をご紹介します。

ご自分のペースで楽しく行ってみましょう。

### 【指先あわせ♪】

- ① 始めに、『親指と人差し指』の指先を合わせてみましょう。
- ② 次は、『親指と中指』の指先を合わせてみましょう
- ③ 『親指と薬指』、『親指と小指』の順番で、指先を合わせてみましょう。
- ④ ゆっくりと数えながら、2～3回くり返してみましょう。
- ⑤ リズムに慣れたら、テンポを速く、回数を多くしてみましょう。



薬指、小指も同様に♪

### 【指先ぐるぐるまわし♪】

- ① ボールをもつように指先を合わせて、両手でドームをつくりましょう。
- ② 親指同士を30秒、ぐるぐるとまわしましょう。  
まわし方は、まずは得意な回転方向でしてみましょう。  
親指をまわす時には、他4本の指先同士が離れないように意識しましょう。
- ③ 人差し指、中指、薬指、小指と順番に、30秒ずつぐるぐるとまわしましょう。
- ④ はじめはゆっくりやってみましょう。  
まわし方に慣れたら、テンポを速くしてみましょう。  
まわす方向を逆にしてみてもよいでしょう。





鳴山荘・通所リハビリテーションセンター「ステップ」利用者さんの作品



楽しみの 帰省コロナで 迷わされ  
 猛暑に 打ち勝つ リハビリを  
 せみが鳴く 暑さがよけいに 暑くなり  
 怪物も 高校野球 出るスター  
 お盆に 先祖も暑いと バテ気味に  
 夏休み 宿題一家の 大仕事  
 金時 太郎



1階ホールにバナナの鉢植えがあるの  
 を知っていますでしょうか？日当たりの  
 良い東側の窓辺に置いてあります。デイ  
 の利用者様が散歩帰りに観察しており、  
 本当にバナナがなるのか楽しみにしてい  
 るようです。  
 どんなバナナがなるのか、ステップの  
 利用者様と一緒に楽しみにしたいと思います。

編集委員会 渡辺

編集後記

医療福祉相談

地域連携室では、入院や在宅での療養生活など様々な相談に応じています。

お困りのことがございましたらお気軽にご相談ください。

リモート面会も随時受け付けております。